



☆酒々井中学校3年生のリクエスト給食紹介☆

3年1組：平成23年12月5日（月）

主食：メロンパン
主菜：かぼちゃグラタン
副菜：花野菜サラダ
汁物：野菜とわかめのスープ
デザート：雪見大福
飲み物：牛乳

エネルギー：920kcal たんぱく質：23.5g



3年2組：平成23年12月12日（月）

主食：カルボナーラ風スパゲティ
主菜：鶏のオーロラソースかけ
副菜：ブロッコリーサラダ(ドレッシング)
デザート：ティラミス
飲み物：牛乳

エネルギー：746kcal たんぱく質：32.6g



3年3組：平成23年12月15日（木）

主食：ご飯
主菜：さばの味噌煮
副菜：ほうれん草和風サラダ
汁物：なめこ汁
デザート：焼きプリン
飲み物：牛乳

エネルギー：875kcal たんぱく質：32.2g



3年4組：平成23年12月20日（火）

主食：麦ご飯(セルフビビンバ)
主菜：鉄鍋餃子
(副菜：ビビンバの具)
汁物：キムチスープ
デザート：フルーツ杏仁
飲み物：牛乳

エネルギー：901kcal たんぱく質：34.1g



給食委員会さんと相談をして献立の調整をさせていただきました。リクエスト献立の日は、リクエストクラスのみなさんが特によく食べていました。どのクラスもすばらしい献立ができました。